

2. Kód pro zvládání stresu, deprese a hněvu	75
Nejčastější otázky:	
Co mám dělat po ukončení třicetidenního cyklu?	
Mohu znovu začít, kdykoli chci?	87
Mohu si při čtení lehnout, když nevydržím dlouho sedět?	99
3. Kód pro zlepšení koncentrace a posílení paměti	111
Nejčastější otázky:	
Je možné provádět dva až tři různé cykly najednou, když se potřebuji vypořádat s více věcmi?	123
Jak mám seznámit s touto metodou ostatní?	135
4. Kód pro zlepšení zraku a zvládání chronické únavy	147
Nejčastější otázky:	
Má nějaké účinky, když čteme čísla jen v duchu nebo je pouze slyšíme?	159
Četl jsem čísla několikrát, ale nic se nezlepšilo. Dělá něco špatně?	171
5. Kód pro čistou a zářivou pleť	183
Nejčastější otázky:	
Pocítím účinky až po dokončení třicetidenního cyklu?	
Je vnímání účinků individuální záležitost?	195
Je tato metoda účinná i v případě artritidy a cukrovky?	207
O autorech	218
Doporučená literatura	219